Advocacy
Burmese

ထိရောက်သော မိဘ အားပေးထောက်ခံမှုအတွက် စွမ်းရည်များ

သင့်ကလေး၏ ပညာရေးမှာ ဝင်ပါဆောင်ရွက်ခြင်းသည်၊ ကျောင်းပညာရေးသက်တမ်း တစ်လျှောက်လုံးတွင် သင့်ကလေး လိုအပ်နေသော အကူအညီများကို၊ သူ (သို့) သူမ သေသေချာချာ ရရှိစေအောင်၊ သင် လုပ်ဆောင်နိုင်သော အရာများထဲက အရေးအကြီးဆုံးအရာ ဖြစ်ပါသည်။

- သင့်ကလေး၌ အခမဲ့ သင့်လျော်သော အစိုးရကျောင်း ပညာရေးကို ရယူရန်၊ အခွင့်အရေး ရှိပါသည်။
- သင့်ကလေးက အထူးဝန်ဆောင်မှုများကို လို မလို လေ့လာအဖြေရှာရန်အတွက် ပြုလုပ်သော လုပ်ငန်းစဉ်၌ အပါအဝင်၊ သင့်ကလေး၏ ပညာရေးနဲ့ ဆိုင်သော ဆုံးဖြတ်ချက်တိုင်းမှာ၊ သင့်အနေနှင့် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးအဖြစ် ပါဝင်ရန် အခွင့်အရေး ရှိပါသည်။
- သင်ကိုယ်တိုင် သင့်ကလေး၏ အခွင့်အရေးများနဲ့ အကျွမ်းတဝင် ဖြစ်နေသင့်သည်။ ဤအခွင့်အရေးများသည် မသန်မစွမ်းဖြစ်သူ လူပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ပညာရေးဥပဒေ (IDEA) ဖြင့် ဖက်ဒရယ်အစိုးရ အကူအညီနှင့် ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းထားသော အခွင့်အရေးများ ဖြစ်ကြပါသည်။
- သင်သည် သင့်ကလေးကို အကောင်းဆုံး သိနားလည်သူ ဖြစ်ပြီး၊ သင် ဖြည့်ဆည်းပေးသော အချက်အလက်များကို အခါအခွင့်ရှိတိုင်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးပါမည်။

ဆွေးနွေးပွဲတွင် ကောင်းသော ဆက်ဆံပြောဆိုမှုအတွက် အကြံပြုချက်များ

- သင်၏ ရည်ရွယ်ချက်ပန်းတိုင်ကို အာရုံစိုက်ပါ
- လေးစားမှုကို ပြသပါ၊ အခြားသူများမှလည်း လေးစားမှုကို မျှော်လင့်ပါ
- သင်၏ စိတ်ခံစားချက်များကို စီမံထိန်းချုပ်ပါ
- မေးခွန်းများ မေးပါ
- အလွယ်တကူ နားလည်စေရန် ပုံစံပြောင်း၍ ရှင်းပြပါ
- "ကျေးဇူးတင်ပါသည်" ကို ပြောပါ

သင် သဘောမတူသော အခါမှာ

- မနှစ်သက်သော ပုံစံကို မပြပဲ၊ သဘောမတူကြောင်း ပြောပါ
- လိုအပ်ခဲ့ပါက တောင်းပန်ပါ
- ပုဂ္ဂိုလ်ရေးကို ပြဿနာမှ ခွဲထုတ်ပါ
- မည်သူတစ်ဦးထံမှ အဖြေအားလုံး မရှိနိုင်သည့် အချက်ကို နားလည်ပေးပါ
- သင့်အချက်အလက်များက မှန်ကန်ကြောင်း သေချာအောင် ပြုလုပ်ပါ
- အကြောင်းကိစ္စများကို အချိန်ယူ သေချာစဉ်းစား ရွေးချယ်ပါ

စာဖြင့် ရေးသားဖော်ပြသော ဆက်ဆံရေးအတွက် အကြံပြုချက်များ

စာများကို -

- အပြောင်းအလဲ ပြုလုပ်ပေးနိုင်သော လူပုဂ္ဂိုလ်ဆီသို့ ပို့ပါ
- နေ့စွဲ တပ်ပါ၊ လက်မှတ် ထိုးပါ
- အကြောင်းကိစ္စ တစ်ခု (သို့) နှစ်ခုကို အာရုံစိုက်ပါ
- စာမျက်နှာ တစ်ခုထက် မကျော်ပါစေနှင့်
- ပြန်ကြားချက် တစ်ခုကို တောင်းခံထားပါက၊ နောက်ဆုံးရက်ကို သတ်မှတ်ပါ
- သင့်ကို ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်များ ပေးထားပါ

* မိတ္တူ တစ်စုံကို သင့်အတွက် သိမ်းထားရန် သတိရပါ

? သင် သိခဲ့ပါသလား။

လူတွေဟာ သူတို့စွမ်းအားကို အများဆုံး စွန့်လွှတ်နေကျ နည်းလမ်းသည်၊ သူတို့ထံ၌ ဘာမှ မရှိဘူးလို့ တွေးထင်ခြင်းကြောင့်ပါပဲ။

အားပေးထောက်ခံသူ တစ်ဦး ဆိုတာ ဘာလဲ။ အားပေးထောက်ခံသူများသည် မိမိကိုယ်မိမိ အတွက် (သို့) သူတစ်ပါးအတွက် ပို၍ အခြေအနေများ ကောင်းလာစေရန်၊ ဖွင့်ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။

မိဘများသည် မိမိတို့နှင့်အတူ အဖော်တစ်ဦးကို ဆွေးနွေးပွဲအားလုံး နီးပါးသို့ အဖော်ခေါ် လာနိုင်ပါသည်။ ပါဝင်ပံ့ပိုးပေးသူအားလုံးသည် ကလေးကို ကူညီရန် အတူတကွ ဆောင်ရွက်ကြရပါမည်။

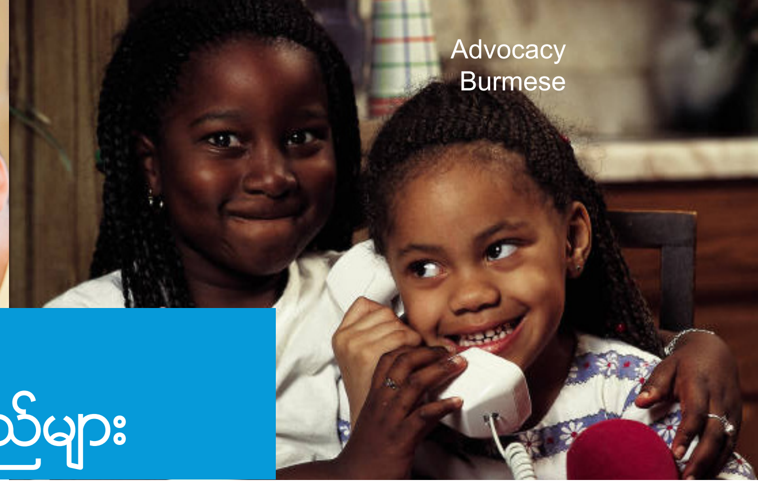
ကျောင်းသား/သူကို သင့်တော်သော အချိန်မှာ၊ စည်းဝေးပွဲ၌ ဝင်ပါစေခြင်းသည် မိဘများနှင့် တတ်သိကျွမ်းကျင်သူများက အတူတကွ သူတို့ကောင်းကျိုးအတွက် အလုပ်လုပ် နေကြသည်ကို မြင်စေခြင်းဟာဖြင့်၊ ထူးကဲသော ဥပမာတစ်ခု ဖြစ်စေပါသည်။

ကလေးများ အနေနှင့် သူတို့ အသက် 18 နှစ် မရောက်သေးမီ ကိုယ်တိုင်-အားပေးထောက်ခံခြင်း အလေ့အထများစွာ လိုအပ်ပါသည်။ ကိုယ်တိုင်-အားပေးထောက်ခံမှု ဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များသည် ကျောင်းသား/သူကို လူ့ကမ္ဘာအတွက်နှင့် သူတို့၏ အထက်တန်းကျောင်းထက် ကျော်လွန်သော အနာဂတ်အတွက်၊ လမ်းခင်းပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

(716) 332-4170
info@parentnetworkwny.org
www.parentnetworkwny.org

PARENT NETWORK OF WESTERN NEW YORK

@ParentNetwork
@PNWNY



Advocacy
Burmese

ထိရောက်သော မိဘ
အားပေးထောက်ခံမှုအတွက် စွမ်းရည်များ

ထိရောက်သော မိဘအားပေးပံ့ပိုးမှုတစ်ရပ် ဖြစ်စေမည့် စွမ်းရည် ၆ ချက်

1. သင့်ကလေး၏ မသန်မစွမ်းဖြစ်မှုကို နားလည်စာနာပါ။
2. အဓိက ဆုံးဖြတ်ပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်များကို သိပါ: ကော်မတီမှ ဘယ်သူတွေ ပါဝင်သလဲ။
3. သင့်အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်များကို သိပါ: စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများက ဘာတွေလဲ။
4. ကောင်းစွာ စည်းစနစ်တကျ ဖြစ်လာစေပါ : ကျွန်ုပ်၏ လုပ်ဆောင်ချက် အစီအစဉ်က ဘာလဲ။
5. ရှင်းလင်းပြီး ထိရောက်သော ဆက်ဆံပြောဆိုမှုကို အသုံးပြုပါ: ကျွန်ုပ် အလှည့် ရောက်လာလျှင် ဘာတွေ ပြောရမလဲ။
6. သဘောမကျသည်များအား ဘယ်လို ဖြေရှင်းရမည်ကို သိပါ: ကျွန်ုပ်တို့ သဘောမတူသော အခါမှာ ဘာတွေ လုပ်ဆောင်ကြမလဲ။

စွမ်းရည် 1 - သင့်ကလေး၏ မသန်မစွမ်းဖြစ်မှုကို နားလည်စာနာပါ

သိနားလည်ထားခြင်းဖြင့် သင့်ကို အကူအညီပေးမည့် အပိုင်းမှာ:
- မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများက သင့်ကလေးအတွက် သင့်တော်သည်ကို သိပါ
- မြင့်မားသော မျှော်မှန်းချက်များ ထားရှိပါ
- လမ်းမှန်သော ထောက်ကူပြု နည်းပညာ (AT) နှင့် နေရာထိုင်ခင်းများကို ရှာပါ

စွမ်းရည် 2 - အဓိက ဆုံးဖြတ်ပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်များကို သိပါ

- ဆုံးဖြတ်ချက် ချမည့်ပုဂ္ဂိုလ်က ဘယ်သူလဲ။
- ဝန်ထမ်းများက ပြည်သူ့ထန်ထမ်းလား၊ အကျိုးအမြတ် မရှာသော ပုဂ္ဂိုလ်လား၊ (သို့) ပုဂ္ဂလိက အလုပ်သမားတွေလား။
- လူတစ်ဦး၏ အမည်ကို သင် ဘယ်လို ရှာဖွေနိုင်သလဲ။

စွမ်းရည် 3 - သင်၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်များကို သိပါ

သူတို့အကြောင်းကိုကို လေ့လာပါ၊ လေ့လာမည့်ပုံစံမှာ:
- ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ကို ဖတ်ခြင်း
- ဝန်ဆောင်မှုများအား ဘယ်လို ငွေကြေးထောက်ပံ့ပေးသည်ကို မေးမြန်းခြင်း
- ဥပဒေများနှင့် ပေါ်လစီများကို ကြည့်ရန် မေးမြန်းခြင်း
- မေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်း
- အုပ်စုအဖွဲ့တစ်ခု၌ ပူးပေါင်းခြင်း

စွမ်းရည် 4 - ကောင်းစွာ စည်းစနစ်တကျ ဖြစ်လာစေပါ

- မှတ်တမ်းများ သိမ်းထားပါ
- ၎င်းကို လက်ရေးလက်သားဖြင့် ရေးထားပါ
- ဖုန်းမှတ်တမ်းကို သိမ်းထားပါ
- စည်းဝေးပွဲအတွက် မှတ်စုတစ်ခု ရှိနေပါစေ

စွမ်းရည် 5 - ရှင်းလင်းပြီး ထိရောက်သော ဆက်ဆံပြောဆိုမှုကို အသုံးပြုပါ

- သင့်မျက်လုံးများက သင့်ကလေးအတွက် မှန်သော ဝန်ဆောင်မှု "ဈေးနှုန်း" - ကို ကြည့်ထားပါ။
- နားထောင်ပြီး မေးခွန်းများ မေးပါ
- ကလေး၏ လိုအပ်ချက်များကို အာရုံစိုက်ပါ
- ဖြေရှင်းချက်ရလဒ်များ ရှာဖွေရန် ပြဿနာကို အတူတကွ ဖြေရှင်းပါ
- ရှင်းလင်းစွာ ပြောဆိုပါ
- လူများကို ပြန်လှန်ခုခံဆက်ဆံစေအောင် ပြုမိခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ
- အပျက်သဘောမှ အကောင်းသဘောသို့ ပြောင်းပါ
- အကျဉ်းချုပ်ပါ

စွမ်းရည် 6 - သဘောမကျသည်များအား ဘယ်လို ဖြေရှင်းရမည်ကို သိပါ

ရိုးရိုး နည်းစနစ်:
- လူများဖြင့် ဦးစွာ ပြောဆိုပါ

တရားဝင် နည်းစနစ်:
- စေ့စပ်ခြင်း
- တိုင်ကြားခြင်းများ
- မေတ္တာရပ်ခံခြင်းများ

IDEAs that Work
U.S. Office of Special Education Programs

ဤစာရွက်စာတမ်း၌ပါသည့် အကြောင်းအရာများကို ယူအက်ပညာရေးဌာန (US Department of Education) ထံမှ ထောက်ပံ့ကြေး #H325160003 ဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးအောင်လုပ်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော်လည်း၊ ထိုအကြောင်းအရာများသည် ယူအက်ပညာရေးဌာန၏ ပေါ်လစီကို သေချာပေါက် ကိုယ်စားမပြုသောကြောင့်၊ ဖက်ဒရယ်အစိုးရ၏ ထောက်ခံချက်ဟု အမှန်အဖြစ် ယူဆ၍မရပါ။ ပရောဂျက်အရာရှိ၊ ကားမန်ဆန်ချက်စ် (Carmen Sanchez)။

(716) 332-4170
info@parentnetworkwny.org
www.parentnetworkwny.org

PARENT NETWORK
OF WESTERN NEW YORK

@ParentNetwork
@PNWNY